



SPIELEN BEI DEMENZ

20 SPIELIDEEN FÜR ZUHAUSE
PLUS BEGLEITWISSEN FÜR
ANGEHÖRIGE



Spielen bei Demenz

Warum Spielen bei Demenz wichtig ist

Spielen ist weit mehr als das reine Drehen von Karten oder das Verschieben von Spielfiguren. Besonders im Umgang mit Menschen mit Demenz entfaltet das Spiel eine tiefere Bedeutung: Es öffnet Türen zu Erinnerungen, Gesprächen und wertvollen Momenten der Nähe. Ein Spiel kann nach Regeln verlaufen – muss es aber nicht. Oft entsteht im Laufe des Spiels eine ganz eigene Dynamik: Ein Bild, ein Klang oder ein Wort weckt Erinnerungen, die zu lebendigen Erzählungen führen. In solchen Augenblicken tritt das eigentliche Spiel in den Hintergrund, und es bleibt etwas viel Kostbareres – Begegnung, Freude und ein Stück gemeinsames Erleben.

Das macht die besondere Kraft des Spielens aus: Es verbindet, entlastet und schenkt Leichtigkeit – unabhängig davon, ob Regeln befolgt werden oder nicht.

Geistige Aktivierung durch spielerische Elemente

Spiele sind eine sanfte Möglichkeit, das Gedächtnis und die kognitiven Fähigkeiten zu fördern. Sie trainieren nicht in einem schulischen Sinn, sondern aktivieren auf leichte, vertraute Weise.

- Anknüpfen an Bekanntes: Farben sortieren, Wörter ergänzen, Bilder erkennen oder vertraute Lieder hören regen Erinnerungsbahnen an und fördern das Wiedererkennen.
- Routine und Orientierung: Spiele, die regelmäßig durchgeführt werden, bieten Sicherheit und helfen, eine Tagesstruktur zu schaffen.
- Kleine Erfolgserlebnisse: Schon eine scheinbar einfache Handlung – etwa das richtige Zuordnen eines Symbols – vermittelt das Gefühl: „Ich kann noch etwas“. Dieses Empfinden stärkt das Selbstvertrauen und das Gefühl von Kompetenz.

So werden geistige Ressourcen nicht nur erhalten, sondern auch erlebbar gemacht.

Emotionale Wirkung – Spielen berührt das Herz

Spiele wirken nicht nur auf das Denken, sondern vor allem auf die Gefühle. Sie können Trost spenden, Freude hervorrufen und das emotionale Wohlbefinden nachhaltig fördern.

- Sicherheit und Geborgenheit: Vertraute Spiele oder Abläufe erinnern an frühere, schöne Zeiten und vermitteln emotionale Stabilität.
- Freude und Lachen: Lustige Situationen, spielerische Überraschungen oder kleine Missgeschicke lockern die Stimmung und erzeugen Leichtigkeit.
- Selbstwirksamkeit: Das Gefühl, etwas „richtig“ gemacht zu haben, wirkt stärkend auf das Selbstwertgefühl – ein wichtiger Faktor, gerade in Zeiten zunehmender Abhängigkeit.
- Entlastung für Angehörige: Gemeinsames Spielen schenkt Nähe und positive Erlebnisse, die den oft belastenden Alltag aufhellen.

Soziale Teilhabe – Spielen verbindet

Demenz führt häufig zu Rückzug und Vereinsamung. Spiele können dieser Entwicklung entgegenwirken und soziale Teilhabe ermöglichen.

- Gemeinschaft erleben: Spiele schaffen Momente des Miteinanders und stärken das Gefühl, Teil einer Gruppe zu sein.
- Nonverbale Kommunikation: Ein Lächeln, ein Blick oder eine Geste während des Spiels sind oft bedeutsamer als Worte und öffnen neue Kommunikationswege.
- Vertraute Rollen wiederfinden: Wer sein Leben lang gerne gespielt hat, erkennt sich in dieser Rolle wieder und erlebt ein Stück Identität neu.
- Einladung statt Überforderung: Spiele sollen nicht unter Druck setzen. Jeder darf mitmachen – unabhängig von Fähigkeiten oder Einschränkungen.

Individuelle Anpassung

Menschen mit Demenz erleben jeden Tag unterschiedlich. Deshalb ist Flexibilität beim Spielen entscheidend.

- Tagesverfassung beachten: An manchen Tagen gelingt mehr, an anderen weniger – und beides ist in Ordnung.
- Krankheitsstadium berücksichtigen: In frühen Stadien sind komplexere Spiele noch möglich, später steht die Freude an einfachen, klaren Abläufen im Vordergrund.
- Spiel als Ausgangspunkt: Häufig führt das Spiel zu ganz anderen, wertvollen Aktivitäten – etwa einem Gespräch, dem Singen eines Liedes oder dem Teilen von Erinnerungen.

- Anpassen statt regeln: Nicht das Einhalten von Spielregeln ist entscheidend, sondern die Freude, das gemeinsame Erleben und die liebevolle Zuwendung.

Fazit: Spielen als Brücke zu Menschlichkeit

Spielen mit Menschen mit Demenz ist weit mehr als eine Freizeitbeschäftigung. Es ist eine Form der Kommunikation, eine Möglichkeit, Erinnerung und Identität lebendig zu halten, und ein Weg, Nähe zu schaffen. Dabei zählen nicht Punkte oder gewonnene Runden, sondern Momente der Freude, des Lachens und der Begegnung.

Spiele sind kleine Brücken in eine Welt, die manchmal verloren scheint – und eröffnen wertvolle Augenblicke von Menschlichkeit, die bleiben.

Was Sie als Angehörige beim Spielen beachten sollten

Einen demenzkranken Menschen zu begleiten, ist ein Weg voller Herausforderungen – und voller kleiner, oft unscheinbarer Glücksmomente. Gerade das Spielen kann zu solchen besonderen Augenblicken führen: ein Lächeln, ein Blick, ein vertrautes Lied, das plötzlich erinnert wird.

Vielleicht haben Sie manchmal das Gefühl, Sie müssten mehr tun, es „besser“ machen oder es gäbe richtige und falsche Wege. Lassen Sie sich beruhigen: Es gibt keine perfekten Spiele. Es zählt nicht, wie lange oder wie gut gespielt wird – sondern dass Sie da sind und gemeinsam Zeit teilen.

Spielen schenkt Nähe, Freude und Leichtigkeit – für Ihren Angehörigen und auch für Sie.

Die Tagesverfassung respektieren

Es gibt gute Tage, an denen vieles gelingt, und andere, an denen schon kleine Aufgaben schwerfallen. Das ist normal.

Versuchen Sie, nicht an „gestern“ zu messen, sondern den Moment so anzunehmen, wie er ist.

- Schauen Sie, ob Ihr Angehöriger wach und aufmerksam wirkt – oder lieber Ruhe braucht.
- Planen Sie lieber kürzere Einheiten, die Freude machen.
- Akzeptieren Sie, wenn ein Spiel abgebrochen wird. Manchmal ist auch ein kurzer Blick auf eine Karte oder ein gemeinsames Lied schon genug.

Flexibel bleiben

Vielleicht starten Sie ein Brettspiel – und am Ende erzählen Sie Geschichten aus der Kindheit oder summen ein altes Lied. Das ist kein Abbruch, sondern ein Geschenk.

- Greifen Sie Impulse auf, anstatt sie zu unterdrücken.
- Seien Sie offen für Umwege. Sie führen oft zu den schönsten Begegnungen.
- Freuen Sie sich über das, was entsteht – nicht über das, was „eigentlich geplant war“.

Spielen ist nicht das Ziel, sondern die Brücke zur Begegnung.

Kleine Schritte, große Wirkung

Menschen mit Demenz fühlen sich schnell überfordert. Deshalb sind einfache Aufgaben und kurze Runden meist viel hilfreicher als komplizierte Spiele.

- Wenige, vertraute Materialien genügen.
- Große, klare Formen und Farben erleichtern das Erkennen.
- Schon ein kleines Erfolgserlebnis („Die rote Karte liegt richtig“) stärkt das Selbstwertgefühl.

Manchmal sind die kleinsten Schritte die größten Erfolge.

Freude statt Leistung

Bei Demenz zählt nicht, wer gewinnt oder ob die Regeln eingehalten werden. Es zählt, dass Freude entsteht.

- Loben Sie das gemeinsame Tun – nicht das „Ergebnis“.
- Lachen Sie gemeinsam über kleine Missgeschicke.
- Sehen Sie jedes Spiel als Möglichkeit, Leichtigkeit in den Alltag zu bringen.

Freude ist Medizin – für Ihren Angehörigen und für Sie selbst.

Nicht korrigieren – annehmen

Wenn Ihr Angehöriger etwas sagt, das nicht „stimmt“, erinnern Sie sich: Es geht nicht um Fakten, sondern um Gefühle.

Beispiel: Eine Dame sagte mitten im Spiel: „Ich muss schnell los, die Kinder aus der Schule abholen.“

Statt sie zu korrigieren („Ihre Kinder sind längst erwachsen“), fragte die Begleiterin: „Welche Schule haben Ihre Kinder besucht?“ – und sofort begann ein lebendiges Gespräch voller Erinnerungen.

Hilfreiche Ansätze aus der Demenzbegleitung

Es gibt verschiedene Konzepte und Methoden, die sich in der professionellen Arbeit mit Menschen mit Demenz bewährt haben – und die auch Angehörigen wertvolle Unterstützung bieten können. Allen gemeinsam ist, dass sie den Menschen in den Mittelpunkt stellen, nicht die Krankheit. Hier finden Sie die vier wichtigsten Ansätze – erklärt, eingeordnet und mit Beispielen für den Alltag.

Validation – die innere Wahrheit anerkennen

Menschen mit Demenz leben oft in einer anderen Wirklichkeit. Für sie ist diese Realität echt und spürbar. Statt sie zu korrigieren („Das stimmt nicht“), hilft es, ihre Sichtweise ernst zu nehmen und auf ihre Gefühle einzugehen.

- Kernidee: Gefühle sind immer wahr – auch wenn Fakten „falsch“ erscheinen.
- Ziel: Den Menschen ernst nehmen, Stress abbauen, Vertrauen stärken.

Beispiel:

Ihr Angehöriger sagt: „Ich muss gleich in die Fabrik, die Arbeit wartet.“

Antwort statt Korrektur: „Du warst immer ein fleißiger Arbeiter. Welche Aufgabe hast du damals am liebsten gemacht?“

Lesetipp: Naomi Feil – Validation. Ein neuer Weg zum Verständnis alter Menschen

Biografiearbeit – Erinnerungen wecken

Die Lebensgeschichte bleibt ein Schatz, der auch im fortgeschrittenen Stadium zugänglich ist. Besonders frühe Erlebnisse aus Kindheit und Jugend sind tief verankert.

- Kernidee: Vertrautes ruft Erinnerungen wach und stiftet Identität.
- Ziel: Sicherheit, Freude, Zugehörigkeit.

Praktische Ideen:

- Legen Sie eine „Erinnerungskiste“ an mit Fotos, Liedern, Düften (z. B. Kaffee, Lavendel), vertrauten Gegenständen (z. B. Nähutensilien, Werkzeuge).
- Verwenden Sie alte Lieder oder Sprichwörter, die automatisch Erinnerungen aktivieren.
- Blättern Sie in einem Fotoalbum und fragen Sie nach offenen Eindrücken („Was sehen Sie auf dem Bild?“) statt nach Fakten.

Milieugestaltung – Sicherheit durch die Umgebung

Die Umgebung beeinflusst stark, ob sich Menschen mit Demenz wohl und sicher fühlen. Eine passende Gestaltung macht Spielen leichter und entspannter.

- Kernidee: Weniger Reize, mehr Orientierung.
- Ziel: Vermeidung von Verwirrung, Förderung von Ruhe und Konzentration.

Tipps für zu Hause:

- Spielen Sie in einem ruhigen, vertrauten Raum ohne störende Hintergrundgeräusche.
- Sorgen Sie für gutes Licht – zu dunkle oder blendende Räume verunsichern.
- Verwenden Sie klare Kontraste (helle Tischdecke mit dunklen Karten).
- Reduzieren Sie Ablenkungen: Nur die Materialien auf dem Tisch, die gerade gebraucht werden.

Eine sichere, einfache Umgebung schafft die Basis, damit Ihr Angehöriger sich auf das Spielen einlassen kann.

Personenzentrierter Ansatz – den Menschen sehen

Der britische Psychologe Tom Kitwood hat den Blick auf Demenz verändert. Sein Ansatz stellt klar: Nicht die Krankheit definiert den Menschen, sondern seine Persönlichkeit, Gefühle, Beziehungen und Bedürfnisse.

- Kernidee: Jeder Mensch behält seine Würde und Identität – unabhängig von der Demenz.
- Ziel: Beziehung stärken, Ressourcen erhalten, Sinn stiften.

In der Praxis bedeutet das:

- Individuelle Vorlieben berücksichtigen: Wenn jemand früher gern Karten gespielt hat, greifen Sie darauf zurück. Wenn er handwerklich begabt war, passen Sie Spiele mit Werkzeug-Bildern oder Sortieraufgaben an.
- Emotionen wichtiger nehmen als Aufgaben: Freude, Geborgenheit und Nähe sind wichtiger als Regelkonformität.
- Sinnvolle Rollen erhalten: „Darf ich Sie um Hilfe bitten?“ oder „Können Sie das für mich sortieren?“ vermittelt, dass der Angehörige gebraucht wird.

Lesetipp: Tom Kitwood – Demenz. Der personenzentrierte Ansatz im Umgang mit verwirrten Menschen

Zusammenfassung der vier Ansätze

- Validation: Gefühle ernst nehmen, nicht korrigieren.
- Biografiearbeit: Erinnerungen wecken, Identität stärken.
- Milieugestaltung: Umgebung vereinfachen, Sicherheit schaffen.
- Personenzentrierter Ansatz: Den Menschen mit seinen Bedürfnissen sehen – nicht die Krankheit.

Wenn Sie diese Ansätze verinnerlichen, gewinnen Sie Gelassenheit und Sicherheit im Umgang mit Ihrem Angehörigen. Sie helfen Ihnen, Konflikte zu vermeiden, Nähe zu ermöglichen und Momente der Freude zu schenken – auch in schwierigen Zeiten.

Basale Stimulation – die Sinne ansprechen

Wenn die kognitiven Fähigkeiten zunehmend nachlassen, treten andere Zugänge in den Vordergrund: die Sinne. Menschen mit Demenz, insbesondere in fortgeschrittenen Stadien, können oft nicht mehr aktiv an komplexeren Spielen teilnehmen. Doch sie spüren, hören, riechen und fühlen weiterhin sehr intensiv. Hier setzt die Basale Stimulation an – ein Konzept, das die Wahrnehmung über alle Sinne anregt und damit Nähe, Sicherheit und Wohlbefinden schenkt.

Warum Sinnesanregung so wichtig ist

- Sie fördert Orientierung in der eigenen Körperwahrnehmung („Ich bin da, ich werde wahrgenommen“).
- Sie vermittelt Geborgenheit – über Berührung, Rhythmus und bekannte Klänge.
- Sie schenkt Freude durch unmittelbare Sinneseindrücke, die nicht verstanden, sondern einfach erlebt werden.

Praktische Möglichkeiten

Fühlen (Tastsinn):

- Weiche Stoffe (Tücher, Fellimitat, Wolle) in die Hände legen.
- Einen kleinen Massageball sanft über Hände oder Arme rollen.
- Hände mit einer warmen Lotion einreiben – langsam, mit liebevollen Bewegungen.

Hören (Gehör):

- Bekannte Lieder vorsingen oder vorspielen.
- Naturgeräusche nutzen (z. B. Vogelzwitschern, Wasserplätschern).
- Rhythmisch klatschen oder leise trommeln – Ihr Angehöriger kann oft mitwippen.

Riechen (Geruchssinn):

- Vertraute Düfte (Kaffee, Vanille, Lavendel, Zimt) bewusst anbieten.

Sehen (Sehsinn):

- Mit bunten Tüchern, leuchtenden Farben oder Bildern arbeiten.
- Ruhige, klare visuelle Reize sind angenehmer als zu viele Eindrücke auf einmal.
- Schmecken (Geschmackssinn):
- Kleine Kostproben vertrauter Speisen anbieten (ein Stückchen Apfel, ein Löffel Joghurt, etwas Schokolade).
- Gemeinsames Genießen betont das „Hier und Jetzt“.

„Viele Materialien für Menschen mit Demenz bestehen aus Arbeitsblättern zum Ausfüllen. Diese können zwar sinnvoll sein, doch oft sind sie für Betroffene zu abstrakt oder zu anstrengend – die Aufmerksamkeit reißt schnell ab, und Frustration kann entstehen. Spiele und einfache Aktivitäten dagegen bieten eine klare Struktur, machen Spaß und fördern die Freude am Mitmachen. Besonders wichtig ist dabei das gemeinsame Tun: Ob beim Ausfüllen eines Blattes, beim Kartenlegen oder beim Spiel – entscheidend ist, dass es in einer gemeinsamen, wertschätzenden Atmosphäre geschieht. Denn die soziale Verbindung ist genauso aktivierend wie die Aufgabe selbst.“

20 kostenlose Spielideen für Zuhause

Spielen mit Menschen mit Demenz muss nicht kompliziert sein. Viele Anregungen lassen sich mit Dingen umsetzen, die fast jeder zu Hause hat. Ob Bewegung, Sinnesanregung oder gemeinsames Erinnern: kleine Impulse reichen, um Nähe und Freude zu schaffen.

1. Fotoalben oder Bilderbücher anschauen

Blättern Sie gemeinsam durch ein Familienalbum oder einen Bildband. Stellen Sie keine Wissensfragen („Wer ist das?“), sondern laden Sie zu Eindrücken ein.

Beispiel: „Du schaust so gern auf dieses Bild – was gefällt dir daran?“

2. Bekannte Lieder singen oder summen

Musik aktiviert Erinnerungen wie kaum etwas anderes. Singen Sie Volkslieder, Schlager oder Kirchenlieder. Auch Summen ohne Text wirkt verbindend.

Beispiel: „Du kennst das Lied bestimmt – wollen wir zusammen die erste Strophe summen?“

3. Farben sortieren

Nutzen Sie Knöpfe, Bauklötze oder bunte Tücher. Bitten Sie Ihren Angehörigen, gleiche Farben zusammenzulegen. Das schafft Struktur und kleine Erfolgserlebnisse.

Beispiel: „Du kannst alle roten Knöpfe hierhin legen, und die blauen dort.“

4. Sprichwörter und Redewendungen ergänzen

Beginnen Sie ein Sprichwort: „Morgenstund hat ...“ – Ihr Angehöriger ergänzt.

Beispiel: „Du weißt bestimmt, wie es weitergeht: Morgenstund hat ...?“

5. Ballspiele im Sitzen

Ein weicher Ball wird hin- und hergerollt oder leicht geworfen. Variation: Wer den Ball hat, sagt eine Farbe oder ein Tier.

Beispiel: „Wenn du den Ball fängst, sagst du eine Farbe, ja?“

6. Fühlen & Raten

Legen Sie vertraute Gegenstände (Apfel, Bürste, Schlüssel) in einen Stoffbeutel. Ihr Angehöriger darf fühlen und beschreiben.

Beispiel: „Du hast etwas Rundes in der Hand – wie fühlt es sich an?“

7. Düfte erleben

Lassen Sie Ihren Angehörigen an vertrauten Düften riechen: frisch gebrühter Kaffee, Vanillezucker, Lavendel.

Beispiel: „Du riechst den Kaffee – erinnert dich das an den Morgen zu Hause?“

8. Gemeinsam kochen oder backen

Schon das Rühren, Kneten oder Schneiden ist spielerisch. Das gemeinsame Essen verstärkt das Erfolgserlebnis.

Beispiel: „Du kannst den Teig rühren – das hast du früher auch immer gemacht.“

9. Alltagsaufgaben spielerisch nutzen

Servietten falten, Socken sortieren oder Wäsche legen – einfache Tätigkeiten vermitteln Sinn.

Beispiel: „Du kannst mir helfen, die Socken zu sortieren – das geht zu zweit leichter.“

10. Rhythmusspiele

Trommeln Sie gemeinsam auf den Tisch oder klatschen Sie einfache Rhythmen.

Beispiel: „Du klatschst so, und ich mache es nach – wollen wir es versuchen?“

11. Puzzeln in einfacher Form

Verwenden Sie Puzzle mit wenigen, großen Teilen oder basteln Sie selbst Puzzles aus Fotos.

Beispiel: „Du kannst das Bild zusammensetzen – schau, das Stück passt gut hierher.“

12. Tierstimmen erraten

Spielen Sie Aufnahmen von Tieren ab oder zeigen Sie Tierbilder.

Beispiel: „Du erkennst das bestimmt – welches Tier macht dieses Geräusch?“

13. Bewegungen im Takt

Spielen Sie Musik ab und bewegen Sie Arme oder Beine im Rhythmus.

Beispiel: „Du kannst mit mir die Hände im Takt schwingen.“

14. Bildergeschichten erfinden

Zeigen Sie ein Bild oder eine Postkarte und erzählen Sie gemeinsam eine kleine Geschichte dazu.

Beispiel: „Du siehst das Haus dort – wer könnte da wohnen?“

15. Naturmaterialien fühlen

Kastanien, Muscheln, Steine oder Blätter regen die Sinne an.

Beispiel: „Du kannst die Kastanie in die Hand nehmen – fühlt sie sich glatt oder rau an?“

16. Erinnerungsgegenstände hervorholen

Alltagsdinge wie ein Nähgarn, ein Holzlöffel oder ein Hammer können Erinnerungen wecken.

Beispiel: „Du hast mit solchen Nadeln früher genäht – was hast du am liebsten gemacht?“

17. Gedichte und Reime sprechen

Viele ältere Menschen erinnern sich an Kinderverse oder Gedichte. Beginnen Sie die Zeilen und lassen Sie ergänzen.

Beispiel: „Du kennst bestimmt den Anfang: ‚Ein Männlein steht im Walde ...‘“

18. Bewegungsspiele mit Tüchern

Werfen Sie leichte Stofftücher in die Luft und fangen Sie sie wieder auf.

Beispiel: „Du wirfst das Tuch hoch, und wir schauen, wie es wieder herunterfällt.“

19. Geräusche raten

Klappern Sie mit einem Schlüsselbund, rascheln Sie mit Papier oder klopfen Sie mit einem Löffel.

Beispiel: „Du hörst das Geräusch – was könnte das sein?“

20. Kleine Vorleserunden

Lesen Sie kurze Gedichte, Geschichten oder Zeitungsabschnitte vor. Lassen Sie einzelne Wörter oder Sätze von Ihrem Angehörigen ergänzen.

Beispiel: „Du kannst das letzte Wort sprechen – ‚Der Hund liegt im ...‘“

Hinweis:

Diese Ideen brauchen keine besonderen Materialien. Wichtig ist nicht, ob „alles gelingt“, sondern dass Sie beide Freude, Nähe und kleine Erfolgserlebnisse teilen. Beenden Sie lieber früh mit einem guten Gefühl, als zu lange durchzuhalten.

Spielideen aus dem Shop Silberne Zukunft

Neben einfachen Alltagsideen gibt es auch Spiele, die speziell für Menschen mit Demenz entwickelt wurden. Sie sind leicht verständlich, gut erkennbar und sofort einsetzbar – ideal, wenn Sie Abwechslung suchen oder selbst einmal entlastet werden möchten.

Bingo für Senioren

Mit großen Symbolen oder Wörtern sorgt Bingo für Freude bei jedem Treffer. Das Spielprinzip ist vertraut, einfach umzusetzen und schafft viele kleine Erfolgserlebnisse. Fertige Vorlagen finden Sie im Shop [Silberne Zukunft](#).

Fragekarten für Gespräche

Leicht verständliche Fragen regen Erinnerungen an und eröffnen Gespräche, auch wenn Worte manchmal schwerfallen. So entstehen kleine Erzählrunden, die Nähe und Austausch fördern.

Im Shop [Silberne Zukunft](#) gibt es liebevoll gestaltete Fragekarten.

Domino mit Bildern

Bekannte Motive laden dazu ein, passende Karten aneinanderzulegen. Neben dem Spielspaß entstehen automatisch Gespräche über die abgebildeten Themen.

Fertige Vorlagen finden Sie im Shop [Silberne Zukunft](#).

Tipp für Angehörige: Sie müssen nicht jedes Mal Neues vorbereiten. Fertige Spiele sparen Zeit und Energie – und geben Ihnen die Möglichkeit, sich entspannt auf das gemeinsame Erleben zu konzentrieren.

Über uns

Seniorinnen und Senioren stehen im Mittelpunkt unserer Arbeit – und das schon seit vielen Jahren. Wir haben Seniorengruppen aufgebaut, Reisen organisiert und kreative Angebote gestaltet. Besonders das Spielen war uns dabei immer ein Herzensanliegen: sei es im Englischunterricht für Senioren, in geselligen Runden oder bei thematischen Nachmittagen.

Auch das Thema Demenz begleitet uns aus nächster Nähe. In unseren Teams gibt es langjährige Erfahrungen in der Begleitung von Angehörigen und in der Betreuung demenzkranker Familienmitglieder. Diese persönlichen Einblicke haben uns gezeigt, wie groß die Herausforderungen im Alltag sind – und wie sehr kleine Momente von Freude, Leichtigkeit und Nähe helfen können.

Aus all diesen Erfahrungen ist Silberne Zukunft entstanden:

ein Ort für Materialien, Ideen und Inspiration, die Angehörige entlasten und Menschen mit Demenz bereichern. Unser Ziel ist es, das Leben trotz Demenz ein Stück leichter, bunter und freudvoller zu machen.

Weiterführende Links, Literatur & Adressen

Literaturtipps

- Naomi Feil: Validation. Ein neuer Weg zum Verständnis alter Menschen – Grundlagen der Validation.
- Tom Kitwood: Demenz. Der personenzentrierte Ansatz im Umgang mit verwirrten Menschen – Klassiker für den personenzentrierten Ansatz.
- Sabine Bäumer: Spiele für Menschen mit Demenz – viele praktische Anleitungen.
- Christine Sowinski: Aktivierung und Beschäftigung für Menschen mit Demenz – Ideen für Alltag und Gruppen.

Wichtige Adressen & Kontakte

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.

Infos, Ratgeber und Adressen von Selbsthilfegruppen.

www.deutsche-alzheimer.de

Wegweiser Demenz (Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend)

Online-Portal mit vielen praktischen Informationen und Erfahrungsberichten.

www.wegweiser-demenz.de

Alzheimer Forschung Initiative e.V.

Kostenlose Broschüren, Hintergrundinfos und Förderangebote.

www.alzheimer-forschung.de

Pflegestützpunkte vor Ort

Jede Region bietet Pflegestützpunkte, die individuelle Beratung und Unterstützung für Angehörige leisten.

Übersicht unter www.pflegestuetspunkte-deutschland.de

Eigene Angebote

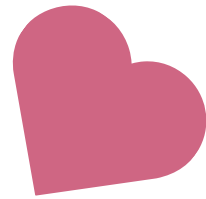
Shop Silberne Zukunft

Fertige Spielmaterialien, Fragekarten und Vorlagen speziell für Menschen mit Demenz.

www.silbernezukunft.de

Hinweis: Diese Liste ist eine erste Orientierung. Für individuelle Beratung lohnt sich immer auch der direkte Kontakt zu Ärztinnen, Pflegefachkräften oder Selbsthilfegruppen vor Ort.

Dankeschön



Es ist etwas ganz Besonderes, wenn Menschen sich die Zeit nehmen, Seniorinnen und Senioren Aufmerksamkeit zu schenken. Mit jedem gemeinsamen Spielmoment entstehen Freude, Nähe und ein Stück Lebensqualität – und genau das ist unbezahlbar. Wir freuen uns, Sie dabei mit unseren Materialien begleiten zu dürfen.

Weitere kostenlose Ideen, Kopiervorlagen und Aktivierungsmaterialien finden Sie jederzeit auf unserer Website. Dort informieren wir auch regelmäßig über neue Angebote.

Bei Fragen oder Anregungen melden Sie sich gerne bei uns:

info@silbernezukunft.de

Herzlichst

Ihr

Silberne Zukunft Team



Website

<https://www.silbernezukunft.de>

Etsy-Shop

<https://www.etsy.com/de/shop/SilberneZukunft>

Instagram

<https://www.instagram.com/silbernezukunftdesign>

Facebook

<https://www.facebook.com/silbernezukunft>